Asociatia "HandHope"
Str. Baltaretu nr. 565
147240 - Peretu
jud. Teleorman
IMPRIMAT

T.P.
POSTA ROMANA
NR. 103/C/092/2008
Valabilitate-cf contractului
ALEXANDRIA 1

Gândește-te la ceea ce ai, nu la ceea ce ai pierdut"

ÎMPREUNĂ

revistă specială de informare și inspirație pentru oameni speciali
Noiembrie 2013
Se distribuie gratuit
Nr. 129

„Eu aveam totdeauna pe Domnul înaintea mea, pentru că El este la dreapta mea, ca să nu mă clatin."
F.A. 2:25

Editorial

România ignoră șomerii cu dizabilități

de Mădălin Oprișan
redactor AITreileaSector.ro

Când vine vorba de piața muncii din România, discursul reprezentanților statului se concentrează, preponderent, pe crearea de joburi, situația tinerilor fără un loc de muncă sau pe evoluția ratei șomajului. Aproape nimeni nu ia în calcul angajarea în câmpul muncii a sutelor de mii de români cu dizabilități.

continuare în pag. 2

DIN CUPRINS:

John Nash - pag. 3
Ea a făcut ce a putut - pag. 4
Sunt recunoscător pentru... - pag. 6
E bine să știm - pag. 7
Un mod de viață: As. „Ridică-te și umblă" - pag. 9
Litere de lege - pag.15
Coșmar în pădure - pag.16

Gândește-te la ceea ce ai, nu la ceea ce ai pierdut!

continuare din pag. 1

Uniunea Europeană (UE) are 65 de milioane de persoane cu dizabilități. În România, trăiesc circa 700.000. Dintre ele, doar 30.000 lucrează. Cele mai multe dintre persoanele cu dizabilități care au un loc de muncă sunt în București și Ilfov (4.342) și în regiunea Sud-Muntenia (3.892). Celelalte trăiesc datorită apropiaților.

"Ne confruntăm cu foarte multe probleme. În primul rând, educația școlară, apoi posibilitățile reale de angajare, deoarece pregătirea persoanelor cu dizabilități este foarte slabă, iar angajatorii refuză, de cele mai multe ori, să angajeze persoane cu dizabilități. Legislația nu se respectă, în cele mai multe cazuri, astfel încât procentul de angajare al persoanelor cu dizabilități este foarte mic", spune Francisc Simon, președintele Organizației Naționale a Persoanelor cu Handicap din România (ONPHR).

- 10% din populația Uniunii Europene trăiește cu o dizabilitate
- 80% dintre persoanele cu dizabilități trăiesc în țările dezvoltate

Patru din cinci români cu dizabilități spun că ar face orice pentru un job, în vreme ce 65% dintre persoanele cu handicap consideră că locurile de muncă ar trebui adaptate situației lor, arată Raportul de analiză privind piața muncii pentru angajarea persoanelor cu dizabilități, parte a proiectului „Rețeaua de Economie Socială – premise pentru integrarea persoanelor cu dizabilități pe piața muncii", cofinanțat din Fondul Social European, prin intermediul Programului Operațional Dezvoltarea Resurselor Umane 2007-2013.

În sprijinul românilor cu handicap ONPHR a creat o rețea de economie socială care, prin cele trei birouri de angajare din Slobozia, Suceava și București, ajută persoanele cu dizabilități să aibă acces la cursuri de calificare și consiliere pentru găsirea unui loc de muncă. Până acum, peste 200 de oameni au participat la cursuri de IT, operatori vânzări prin telefon și legumicultură.

Deși economia socială reprezintă una din puținele șanse la muncă a persoanelor cu dizabilități din România, datele existente la nivel național arată că mai puțin de 1.500 de oameni cu handicap lucrează în unități protejate, de exemplu.

- 251 de unități protejate au o singură persoană cu handicap angajată (septembrie 2011)
- În 85 de unități protejate, persoana cu dizabilitate este singurul angajat (septembrie 2011)
- Oamenii cu handicap au cu 50% mai puține șanse de a urma alte cursuri după cele secundare, comparativ cu persoanele sănătoase

Comparativ, 20 de milioane de oameni din diferite grupuri vulnerabile sau dezavantajate lucrează, la nivelul UE, în structuri de economie socială. Mai jos găsiți câteva exemple de afaceri sociale europene, sustenabile în timp, care funcționează în prezent și pentru care lucrează persoane cu dizabilități:

- Le Mat, un lanț de mici întreprinderi sociale, active în sectorul hotelier, care oferă de lucru persoanelor cu deficiențe mintale;
- Cap Märkte, o rețea de supermarketuri din Germania. În fiecare dintre cele circa 50 de unități comerciale lucrează între 5 și 20 de persoane cu dizabilități.

Avem legi, le aplicăm mai puțin

Chiar dacă, la prima vedere, avem un cadru legislativ care permite accesul pe piața muncii a persoanelor cu dizabilități, lucrurile arată altfel în realitate.

"Autoritățile și instituțiile publice, persoanele juridice, publice sau private, care au cel puțin 50 de angajați, au obligația de a angaja persoane cu handicap într-un procent de cel puțin 4% din numărul total de angajați", potrivit articolului 78, din legea nr.448/2006 referitoare la protecția și promovarea drepturilor persoanelor cu dizabilități.

Uneori, angajatorii preferă să facă altceva cu banii de care dispun, decât să recruteze persoane cu dizabilități. Alteori, companiilor le este teamă că nu se vor înțelege cu angajații cu handicap sau reclamă lipsa timpului necesar instruirii lor, conform unui studiu publicat în 2011 de Institutul pentru Politici Publice.

Poate că adevărata problemă a celor aproape 700.000 de oameni cu dizabilități care trăiesc în România nu este nici accesul la educație și nici lipsa locurilor de muncă. Poate că trebuie să luptăm cu prejudecățile noastre și poate că "trebuie să schimbăm mentalități", după cum afirmă actrița Manuela Hărăbor, al cărui fiu suferă de autism.

-sfârșit-

Sursa: http://www.altreileasector.ro/romania-ignora-somerii-cu-dizabilitati/

JOHN NASH

John Forbes Nash Jr. (n. 13 iunie 1928) este un matematician american, care lucrează în teoria jocului, geometria diferențială și ecuații diferențiale parțiale, lucrând ca și Cercetător Matematician Senior la Princeton University.

John Nash este un laureat al premiului Nobel pentru Economie (1994), ale cărui teorii privind teoria jocului, geometria diferențială și ecuațiile diferențiale, sunt considerate a fi uimitoare. Începând din 1959, John a început să aibă semne severe de paranoia, căci credea că e urmărit de o organizație malefică. Apoi, el a fost diagnosticat de schizofrenie paranoidă.

Supranumit „Phantom of the fine hall" de către studenții săi de la Princeton, unde preda matematica, John Nash a dus o luptă continuă cu necruțătoarea boală care pusese stăpânire pe viața sa. Timp de 9 ani a făcut terapie cu șoc, după care a început să-și revină încetul cu încetul

Nash este de asemenea subiectul principal în filmul de la Hollywood *A beautiful mind* (O minte sclipitoare), care a fost nominalizat pentru 8 Premii Oscar, din care a câștigat 4, bazat pe biografia aceluiași nume, geniului său matematic și lupta sa cu schizofrenia după ce a adus contribuții semnificative conceptului de teoria jocului. Ideea „Echilibrul Nash" este o situație în care niciunul din jucători nu simte tentația schimbării strategiei deoarece orice schimb ar implica o diminuare a câștigurilor. Ideea poate fi aplicată în diverse domenii, inclusiv în economie. Chiar și armata militară a Statelor Unite ale Americii a adoptat tactici în timpul Razboiului Rece bazate pe acest concept.

După descoperirea acestei teorii geniul începuse să aibă halucinații printre care se numărau auzirea unor voci imaginare sau vederea unor obiecte și persoane pe care ceilalți nu le vedeau. După 30 de ani în care s-a luptat cu dereglările mentale și în care a petrecut foarte mult timp în spitale, Nash a reușit să se însănătoșească la sfârșitul anilor '80 astfel așa cum am menționat câștigă în anul 1994 premiul Nobel pentru științe economice, pentru contribuția sa la teoria jocurilor.

În autobiografia sa, cu lungi pasaje prezente și în film, John Nash scria: "În prezent, cred că reușesc să gândesc rațional, în stilul caracteristic unui om de știință. Și totusi, nu văd în asta un motiv de bucurie la fel de mare ca acela provocat de recuperarea fizică a unui bolnav. Un singur aspect cred că este de ajuns pentru a umbri această fericire: raționalitatea impune niște limite asupra gândirii unui om și asupra conceptului pe care îl are în ceea ce privește relația sa cu Universul".

-sfârșit-

Din volumul: „Personalități cu handicap care au influențat istoria"
autoare: BENCZE MARTA IOZEFINA
Un proiect Fundația Licinium
Conținutul lucrării Fundația Licinium (texte, imagini, concept grafic) este protejat de legea dreptului de autor și este proprietatea Fundației Licinium.
Preluat cu permisiunea autoarei

„Degeaba ştii să citeşti dacă nu ai citit niciodată Biblia!”

Ea a făcut ce a putut

- continuare -

Nicu Butoi

Plecăm capul să-ți mărturisim că noi nu am făcut tot ce am putut. Ne pare rău în adevăr, din adâncul sufletului, dar știm cât ești de bun și că ești gata să ne dai o nouă șansă ca să răscumpărăm vremea pierdută. Numai Tu poți să mai faci lucrul acesta și-Ți mulțumim că îl vei face și în viața noastră. Deschide-ne ochii ca să facem întotdeauna tot ce putem cu darurile și cu harul pe care l-ai dat fiecăruia dintre noi. AMIN!

...

Păstrăm noi încă în sufletul nostru fiorul acesta al întâlnirii, al umblării cu Domnul Hristos? Simțim noi, când venim la El în rugăciune, simțim noi maiestatea și dragostea prezenței Lui? Sau ne așezăm pe genunchi și dăm drumul unei casete vechi, care scârțâie, ale carei cuvinte și mesaj nu se mai înțeleg bine și constă doar în cuvinte repetate până la diluare? Ne arde inima în noi de prezența Lui? Mai este Isus nou, proaspăt și viu pentru noi de fiecare dată când venim la El? Sau este ceva purtat, uzat și delapidat, ceva cu care ne-am obișnuit așa de mult că nu îi mai sesizăm valoarea?

...

Omenirea se confruntă azi, în egală măsură, cu două mari întrebări: Cred în Dumnezeu și crede Dumnezeu în mine, adică, are încredere în mine? Contează Dumnezeu pe mine? Așteaptă Dumnezeu ceva de la mine? Contează înaintea lui Dumnezeu ce fac eu? Biblia spune: tu ai crezut că Eu sunt ca tine? Sau ai crezut că sunt ca oamenii?

Citeam despre Thomas Arnold, cel care a avut un accident aproape mortal într-un șantier naval în Anglia și care, după ce s-a făcut sănătos, a devenit o minune a lui Dumnezeu, care a impresionat Anglia și lumea. El a fost mișcat când a văzut distrugerile din rândul băieților care rătăceau pe străzi, fără meserii, adânciți în păcat si în nelegiuiri de tot felul. În sărăcia lui lucie, Thomas Arnold a deschis prima școală de băieți, cu meserii, cu pregătire pentru viață. Și după ce școala aceasta s-a dezvoltat mult și tot mai mult și a ajuns să instruiască sute și mii de studenți din toată Anglia, a ajuns să devină un exemplu pentru lume. Thomas spunea: 'dacă aș primi în școală, după ce primise intre timp mii de studenți, dacă aș primi un singur student fără să am emoții, fără să-mi bată inima, fără să-l primesc cu plăcere, ca pe un prinț, ca pe un împărat a lui Dumnezeu, dacă aș primi pe unul singur așa, în clipa aceea ar trebui să plec din slujba pe care o am'. N-aș mai vrea să rămân în slujba aceasta în momentul în care nu aș mai avea emoția respectului si pretuirii la primirea unui student în rândurile noastre'.

Ea a făcut ce a putut. Gândul acesta trebuie să ne însoțească și pe noi în lucrarea vieții noastre. Nu vă uitați acolo unde nu puteți să ajungeți, ci uitați-vă în jurul vostru. Ce aveți la îndemână? a întrebat Domnul Hristos. Nu vă uitați la marginile pământului; de unde să căutăm 200 de pâini? Nu, nu. Nu despre 200 de pâini vorbește Dumnezeu, ci despre ce aveți la îndemână? Ce puteți face voi, chiar acum, în clipa aceasta? Este o cântare așa de frumoasă care spune: nu poți să dai daruri mari pentru lucrarea Domnului, dar poate poți să dai paraua văduvei; poate nu poți să convertești puternici, dar poate poți să vorbești cu vecinul tău, poate poți să vorbești cu cineva care trece printr-o situație grea.

„Ea a făcut ce a putut; Mi-a uns trupul mai dinainte, pentru îngropare. Adevărat vă spun că, oriunde va fi propovăduită Evanghelia aceasta, în toată lumea, se va istorisi și ce a făcut femeia aceasta, spre pomenirea ei.” Ce va rămâne în urma noastră, ce vor pomeni oamenii în dreptul nostru? Oamenii ne vor pomeni oricum, până acolo unde pomenirea se va uita, dar ce vor pomeni ei despre noi? Ce au văzut ei în viața noastră?

Citeam despre Loyd Garrison că avea un scris nemaiauzit de frumos; scrisul este ceva specific fiecăruia, dar omul acesta avea un scris nemaiauzit. Erau oameni care îi cereau permisiunea să stea lângă el când scria acte; nu puteau să creadă că dintr-o penița și un toc în mâna acestui om, poate să iasă așa ceva. Fiecare pagină scrisă era o pictură, era artă, era ceva care te făcea să te rușinezi când îți priveai scrisul tău, te făcea să te simți mic, murdar. Și unii l-au întrebat: cum ai ajuns tu la această performanță? Ai scris din totdeauna așa? Și el a răspuns: n-am scris din totdeauna așa, am fost pedepsit, am primit note proaste la școală din cauza scrisului, iar învățătorii nu înțelegeau nimic din ceea ce scriam. Dar cum ai ajuns să ai scrisul acesta? au întrebat ei. El a răspuns: într-o zi am mers pe stradă și am auzit o predică, și acolo am primit credința, l-am primit pe Hristos ca Mântuitor al meu, și în clipa când am primit credința am făcut un legământ cu Dumnezeu în inima mea, și am spus: „Isus te rog intră în orice detaliu al vieții mele, să nu rămână nimic pe care voi pune mâna de unde să nu se vadă că Tu ești prezent. Vreau să fac tot ce pot.” Și Isus a intrat și în scrisul meu și de atunci m-am apucat să pun literele la locul lor, să le fac egale și să scriu cât mai frumos, și foarte mulți oameni, știind originea acestei arte extraordinare din viața lui, știind că Isus era motivul scrierii lui frumoase, nu mai admirau o operă de artă pe o pagină, ci dincolo de ea au văzut mult mai mult, si anume ce însemnează 'Hristos în voi', în viața unui om.

Omul acesta nu a scris pe cer, nu a mers pe lună ca să își lase un steag acolo cu numele lui, nici n-a scris cărți măcar, nici nu a ținut predici, dar a

continuare în pag. 5

continuare din pag. 4

făcut ce a putut. A scris așa de frumos, vrând să comunice lumii că Isus, în viața unui om, face orice lucru frumos, schimbă orice aspect și orice detaliu al vieții în ceva de o veșnică valoare.

Ați auzit care a fost raționamentul oamenilor care l-au ascultat pe Petru, chiar pe când se chinuia să mintă și să se jure, pe când se chinuia să vorbească așa cum vorbeau oamenii de lângă foc, cu vorbele lor brutale și murdare, pe când se chinuia să fie asemenea lor. Ce au sesizat oamenii din jurul lui? Tu ai umblat cu Cineva… se cunoaște că ai umblat cu Isus, felul cum vorbești te dă de gol, chiar felul cum înjuri și te juri te arată fără 'talent'… poate că tu nu îți mai dai seama acum, dar cine te vede și te aude, nu poate să nu vadă că ai umblat cu Isus. Rugăciunea aceasta să ne însoțească și pe noi: „ Doamne, te rog, dă-mi putere să fac tot ce pot și să se vadă urma pașilor Tăi în viața mea".

Este evident că nu trăim în paradis, și dacă ar fi să aducem scuze pentru cădere și pentru nelegiuire sau pentru păcat, s-ar găsi destule. Ceea ce trebuie însă să ne urmărească în fiecare zi este, că așa cum spunea cineva: „nu cumva ca luptând cu un monstru să devii tu însuți monstru". la seama la lucrul acesta, există riscul acesta. la seama încotro se îndreaptă energiile tale, ce faci cu ceea ce ți s-a dat, ce a făcut din tine lucrarea ta!... Strigă unul la tine, strigi și tu la el mai tare; devii și tu monstru imediat. Îți spune cineva vorbe urâte, îi spui și tu vorbe urâte. Te vorbește el, îl vorbești și tu. Apostolul îndeamnă prin cuvinte foarte clare: „biruiți răul prin bine". la seama deci ce faci cu ceea ce poți să faci și în ce te trasformi in acest proces, vezi ce faci nu numai pentru altii ci si pentru tine, vezi daca faci ce poti mai bine.

Există o lege a binelui și a răului și anume: diavolul este hotărât să răspundă oricărui bine cu rău. Este o lege aceasta. Nu trebuie să fie nimeni surprins. Aceasta este natural aici în lumea păcatului. Uitați-vă la Fiul lui Dumnezeu, cum i-a fost răsplătit Lui, cum i-a fost răspuns Lui?

Aici, în valea umbrelor morții, de multe ori, binele va fi răsplătit cu rău, într-un fel sau altul. Orice bine făcut pentru Dumnezeu va fi de multe ori, grăit de rău. „Ferice va fi de voi când din pricina Mea…". Pentru ce era femeia aceasta vorbită de rău? De ce erau oamenii aceștia așa de supărati pe ea, de ce le era așa de necaz și făceau tot ce puteau ca să o înjosească, să o chinuie? Pentru ce? Pentru Domnul. Deci, voi o chinuiți pe ea pentru că a făcut un lucru frumos pentru Mine?

Nu trebuie să mire pe nimeni lucrul acesta, și nu trebuie să oprească sau să prevină pe cineva de a face un lucru bun și de a face lucrarea lui Dumnezeu faptul că acea lucrare va fi răsplătită cu rău. Așa se va întâmpla. Așa va fi. Nici o îndoială, nici o surpriză în direcția aceasta. Uneori, proprii copii, cei din casa ta, oamenii pentru care ai fost gata să îți pierzi viața ca ei să nu și-o piardă pe a lor, cel pe care nu l-ai lăsat să moară, va face tot ce va putea ca să nu te lase să trăiești. Nu e nici o mirare în direcția aceasta. 'Învățați de la Mine', spune Domnul Hristos. Ce mult conține cuvântul acesta. Ce era rău în ce făcea ea de erau așa de supărați oamenii aceia din jurul ei? Și figurile lor supărate, lungi, întunecate, scrâșnirile lor, mărâierile lor de acolo, au putut acestea să împiedice pe femeia aceasta să-și încheie lucrarea care i-a încoronat viața ei? Nu, n-au putut, pentru că ea, nu la fețele acelea se uita, ci la o singură Față, cu Unul singur discuta. Voi slujiți Domnului Hristos, nu oamenilor", nici amvonului, nici la cor, nici în cea mai înaltă slujbă în ce privește credința oriunde în lume, voi nu slujiți oamenilor, voi slujiți Domnului.

Apostolul Pavel spune: noi suntem unii care căutăm lauda care vine de la Dumnezeu și nu cea care vine de la oameni. Și răspunsul pe care l-a primit el de la aceia pentru care și-a pus viața în joc ca să-i aducă la mântuire și la Dumnezeu, răspunsul a fost: pietre, bice, minciuni, atacuri, lanțuri, închisoare, și în final decapitat. Aceasta a fost plata, aceștia au fost cei 30 de arginți cu care a fost prețuit El.

Femeia aceasta a trecut prin această experiență, a ingratitudinii oamenilor, a amestecului lor inacceptabil în viața ei, până acolo ca nu îi dădeau voie să facă ce vrea cu ceea ce este al ei!...

Nu vă descurajați, să nu vă pară rău niciodată că ați făcut un bine sub ceruri, niciodată. Nu vă pierdeți răsplata din pricina faptului că unii vorbesc de rău sau bârfesc purtarea voastră în Isus. Lăsați să va răsplătească Cel ce vede în ascuns. Nu obosiți, spune Biblia în facerea binelui. Din motivul acesta, pentru că a refuzat să obosească de vorbele și batjocurile fraților, ea a făcut tot ce a putut. Nu obosiți în facerea binelui, căci veți secera la vremea secerișului dacă nu ați căzut de oboseală. Dacă ai căzut de oboseală: m-am săturat, nu m-ai îmi trebuie, până aici, îmi ajunge, am terminat… atunci nu vei secera la vremea secerișului, ci ai căzut de oboseală. Te-au obosit vorbele oamenilor, te-au obosit nemulțumirile oamenilor, cârtirile lor!?... Veți secera dacă nu ați căzut de oboseală.

Omenirea se confruntă azi, în egală măsură, cu două mari întrebări: Cred în Dumnezeu și crede Dumnezeu în mine, adică, are încredere în mine? Contează Dumnezeu pe mine? Așteaptă Dumnezeu ceva de la mine? Contează înaintea lui Dumnezeu ce fac eu? Biblia spune: tu ai crezut că Eu sunt ca tine? Sau ai crezut că sunt ca oamenii?

Dumnezeu contează pe tine și așteaptă din partea ta să faci nu ce nu poți, ci ce poți. „Ea a făcut ce a putut". Și mă rog din toată inima ca același lucru să îl spună Domnul și în dreptul nostru, al tuturor. El sau ea, eu și tu, noi toți, am făcut ce am putut. AMIN.

Plecăm capul să-ți mărturisim că noi nu am făcut tot ce am putut. Ne pare rău în adevăr, din adâncul sufletului, dar știm cât ești de bun și că ești gata să ne dai o nouă șansă ca să răscumpărăm vremea pierdută. Numai Tu poți să mai faci lucrul acesta și-Ți mulțumim că îl vei face și în viață noastră. Deschide-ne ochii ca să facem întotdeauna tot ce putem cu darurile și cu harul pe care l-ai dat fiecăruia dintre noi. AMIN!

-sfârșit-

Sunt recunoscător pentru...

Dacă te-ai trezit azi dimineață mai mult sănătos decât bolnav... eşti mai binecuvântat decât 1.000.000 de alți oameni care nu vor supraviețui săptămâna aceasta.

Dacă niciodată nu ai experimentat pericolul războiului, al singurătății în închisoare, cel al agoniei prin tortură sau al junghiilor foametei... atunci stai mai bine decât alte 500.000.000 de oameni din lume.

Dacă poți participa la o întâlnire a bisericii fără frica hârțuielilor, al arestului, al torturii sau al morții... eşti mai binecuvântat decât 3.000.000.000 de oameni din lume.

Dacă ai hrană în frigider, o haină pe tine, un acoperiş deasupra capului şi un loc de dormit... eşti mai bogat decât 75% din populația lumii.

Dacă ai bani în bancă, în portmoneu, sau ceva mărunțiş pe o farfurioară... tu te regăseşti printre cei 8% dintre bogații lumii.

Dacă părinții tăi mai sunt în viață şi încă căsătoriți... atunci tu eşti o raritate, chiar şi în Statele Unite şi Canada.

Dacă îți poți ține capul sus, să zâmbeşti şi să fii recunoscător... eşti binecuvântat, pentru că cei mai mulți nu pot.

Dacă poți ține pe cineva de mână, să-l îmbrățişezi sau s-o îmbrățişezi, să-l atingi pe umăr sau s-o atingi pe umăr... eşti binecuvântat pentru că poți oferi o atingere vindecătoare cuiva.

Dacă poți citi acest mesaj, tu ai primit o dublă bineuvântare întrucât cineva s-a gândit la tine şi mai mult decât atât, tu eşti mai binecuvântat decât alte 2.000.000.000 de oameni din lume care nu ştiu să citească deloc.

Sper că acum nu mai eşti nemulțumit!

Dar poate că este timpul să scrii și tu câteva lucruri pentru care poți fi recunoscător.

Iată ce am scris eu:

1. Pentru impozitele pe care le plătesc, pentru că înseamnă că am o slujbă.

2. Pentru tot ce trebuie spălat și pus la loc după o întâlnire socială, pentru că înseamnă că am prieteni.

3. Pentru hainele care mi-au rămas strâmte, pentru că înseamnă că am suficient de mâncare.

4. Pentru grădina care trebuie îngrijită, pentru ferestrele care trebuie spălate și pentru instalațiile care trebuie reparate, pentru că înseamnă că am o locuință.

5. Pentru toate plângerile pe care le aud despre autorități, pentru că înseamnă că avem libertate de exprimare.

6. Pentru locul liber pe care îl găsesc la celălalt capăt al parcării – înseamnă că am fost binecuvântat cu o mașină.

7. Pentru persoana care cântă fals în spatele meu la biserică, pentru că înseamnă că pot să aud.

8. Pentru maldărul de haine de spălat și de călcat, pentru că înseamnă că am haine să mă îmbrac.

9. Pentru oboseală și pentru durerile musculare de la sfârșitul zilei, pentru că înseamnă că sunt în stare să muncesc.

Vezi cât de multe lucruri poți adăuga la o listă care începe astfel: „Sunt recunoscător pentru...”.

Iar apoi mulțumește-I Domnului.

Autor: Tom Mostert

-sfârșit-

Mica enciclopedie de sănătate
E bine să stim

Cel mai mare dar - **VIAȚA** (I)

Articol semnat de **Mârzac Diana - Maria**
Asistent Director Fundaţia Alinare

Ce este viata?

În zilele frumoase de toamnă, când soarele atinge obrajii doar cu vârful razelor și peisajul din parc este minunat, alături de cineva drag, ne este mai ușor - credem noi - să vorbim despre viață… Însă când este o zi ploioasă din aceeași toamnă, când fiecare picătură de apă rece pare o găleată de gheață, vântul împăturește umbrela, și încercăm să ne adunăm gândurile răvășite, după o vizită la medic unde am aflat un diagnostic nu prea fericit, este mai greu să vedem sensul ei.

Zilele acestea am înțeles valoarea vieții mai bine ca oricând, fiind atât de aproape de o prietenă care se stinge treptat și care se luptă cu îndârjire pentru cele 6 luni de viață pe care medicul preconizează că le mai are de trăit.

O mamă îndurerată săptămâna aceasta ne-a spus că a fost părăsită de propriul fiu, pentru a-și întemeia propria familie la vârsta de doar 18 ani, în timp ce ea acasă a rămas cu două fetițe minore. După ce tatăl a părăsit familia, singurul ei sprijin a fost băiatul. Acum nu mai are cu cine comunica și purta poverile, și nici speranța de a aștepta un sprijin din partea acestuia. Cuvintele ei au fost un bici "îi crești și apoi după un timp îți întorc spatele și pleacă, uitând că au avut mamă". "Ce este viața voastră? Nu sunteți decât un abur, care se arată puțintel, și apoi piere" scrie sfântul apostol Iacov (Iacov, 4,16)

„Viața nu înseamnă a trăi, ci a ști pentru ce trăiești..."
Nicolae Iorga

De ce trăiesc? Contează cum trăiesc? Cum să fac față dezamăgirilor vieții?

Ce spun oamenii că este viata?

Multi artiști s-au străduit să exprime în cele mai inedite idei definiția vieții:

"Mama spunea mereu că viața e ca o cutie cu bomboane de ciocolată. Nu știi niciodată ce surpriză te așteaptă."(Forest Gump)

"Viața este o curgere, este un fluviu, este o mișcare continuă. Dar oamenii au impresia că ei înșiși reprezintă ceva static. Numai obiectele sunt statice, numai moartea este încremenită; viața este o continuă schimbare. Cu cât există mai multă schimbare, cu atât viața este mai abundentă. Iar o viață abundentă aduce cu sine extraordinare schimbări, clipă de clipă." – Osho

"Viata este un joc dur și halucinant, viața înseamnă salturi cu parașuta, înseamnă risc, înseamnă să cazi și să te ridici, înseamnă alpinism, înseamnă voință să ajungi în punctul cel mai înalt și să te simți nemulțumit." – Paulo Coelho

"Viața e la fel cum ai interpreta în public un solo de vioară, învățând știința instrumentului pe măsură ce cânți" – Samuel Butler

"Noi suntem ca un cântec, nu credeți? Un cântec nu se poate cânta niciodată de la sfârșit spre început. Trebuie să-l cânți totdeauna îndreptându-te spre sfârșit" - Octavian Paler

"Un lung tren ne pare viața, ne trezim în el mergând, / Fără să ne mai dăm seama, unde ne-am suit și când. / Fericirile sunt halte, unde stăm câte-un minut; / Până când să ne dăm seama, sună, pleacă, a trecut…"

Oamenii de știință, vin cu propria lor amprentă academică și socotesc că viața este "petrecere a omului pe pământ... totalitatea actelor săvârșite de cineva în timpul existenței sale... Timp cuprins între nașterea și moartea cuiva; șirul evenimentelor întâmplate în acest timp"

Într-un dicționar medical găsim următorul citat "o definiție a vieții este imposibilă, chiar caracteristicile atribuite biosistemelor fiind, fiecare, de o mare diversitate și variabilitate. Este, probabil, mai productiv să se stabilească prin ce diferă cu certitudine sistemele vii de cele nevii. Conform acestui punct de vedere se pot formula patru caracteristici, care se găsesc în toate sistemele vii cunoscute până în prezent: 1) autoreproducerea, fără de care informația ar fi pierdută după fiecare generație; 2) mutația, fără de care informația ar fi "neschimbătoare" și deci nici nu ar putea să apară; 3) metabolismul, fără de care sistemul ar regresa la un echilibru în care nici o schimbare nu ar mai fi posibilă; 4) autoreglarea, la nivelul tuturor proceselor din organism și în particular în sinteza proteinelor, care conferă "rezistența" biosistemelor la cele mai diverse perturbări."

Pentru unii viața este activitatea interioară, pentru alții, existența fizică.

Viața la microscop

Cu siguranță viața cuprinde ambele dimen-

continuare în pag. 8

continuare din pag. 7

siuni: fizică și spirituală și când vorbim despre viață ar trebui să vorbim cu smerenie, recunoscându-ne mărginirea, și recunoștință observând harul existenței fiecărei zile și experiențe.

Viața, așa cum este descoperită și o recunoaștem astăzi, începe la cele mai microscopice dimensiuni și se întinde în infinitul macroscopic.

Despre organismul nostru se spune că este un adevărat univers în miniatură.

Cuvântul „celulă" (baza materiei vii a organismului) provine de la cuvântul latin „cellula", care înseamnă "o cameră mică". Termenul descriptiv pentru cea mai mică structură de viață biologică, a fost inventat de către Robert Hooke într-o carte pe care a publicat-o în 1665, când a comparat celulele de plută, pe care le-a văzut prin microscopul său, cu micile camere de locuit ale călugărilor.

Dacă pentru o cameră obișnuită, este importantă păstrarea în bune condiții, cu atât mai mult pentru organismul uman, care cuprinde nenumărate "camere", mai exact 100 bilioane sau 1014 celule; dimensiunea tipică celulei este de 10 µm, iar masa tipică celulei este de 1 nanogram. Fiecare celulă are rolul și funcția bine înscrise pe codul genetic, și dimensiunile sunt diverse. Cea mai lungă celulă umană este de aproximativ 135 µm și se găsește în cornul anterior din măduva spinării, în timp ce celulele granulare din cerebel, cele mai mici, pot avea circa 4 µm. Importanța lor nu constă în dimensiune, ci în funcția pe care o îndeplinesc, la fel ca și camerele dintr-o locuință.

De o importanță vitală este ceea ce intră în organsimul nostru prin intermediul alimentației, în ciuda preferatei zicale a unora dintre noi care spun că e "mai important ce iese din gură, decât ce intră", o parafrazare trunchiată a unui text biblic. Trebuie să luăm în considerare contextul în care se făcea aluzia că este mai important ansamblul de credință sănătoasă și acțiune conformă ei decât ansamblul celor ce țin de hrană. Textul spune doar că spiritualul are o mai mare importanță decât fizicul, nu că fizicul ar trebui neglijat sau tratat oricum.

Hrana odată ingerată, este transportată prin vasele sangvine la toate celulele, fiecare cu porția ei de substanțe nutritive. Substanțele nutritive (oxigen, glucoză, lipide, apă, săruri) care intră în celulă participă la procesele de biosinteză. Biosinteza semnifică formarea proteinelor, glucidelor, lipidelor, cele care ajută la hrănirea corpului. Aceste substanțe susțin, condiționează activitatea celulelor și ajută la reproducerea lor.

Să luăm de exemplul celulele nervoase - știați că tipul de grăsime (animală sau vegetală) pe care îl folosim în alimentație este materialul care va fi folosit de organism pentru constituirea membranelor celulelor creierului (bineînțeles nu doar atât)? Dacă aceste membrane devin rigide – din cauza folosirii alimentației necorespunătoare - informațiile străbat membrana celulară mai greu și deci întregul organism suferă de pe urma lentei activități la nivelul celulelor nervoase. Deși reprezintă doar 2% din masa corpului, creierul nostru necesită 15% din totalul metabolismului. Deci cât este de important pentru noi să știm ce alimente sunt potrivite și ce nu pentru organismul nostru!

Să facem cunoștință cu enzimele - materia vie din alimentele noastre - substanțele care fac posibilă existența vieții, ele fiind necesare oricărei reacții chimice care se desfășoară în organismul nostru. Există două tipuri de enzime în corpul nostru: endogene – secretate de glandele digestive și reglementează digestia - și exogene – care realizează metabolismul celular și care își au sursa în exteriorul nostru, în alimentația pe care o consumăm. Cu cât hrana are mai multe enzime (e mai vie), cu atât vom avea mai multe celule tinere, cu atât mai plăcut va fi surplusul de energie, rezistența împotriva bolilor de orice tip și aspectul fizic mai sănătos și frumos. „Nici o substanță minerală, vitamină sau hormon nu poate lucra fără enzime. Organismul nostru, organele, țesuturile și celulele, toate lucrează … [cu ajutorul lor]. Ele sunt muncitorii care clădesc corpul uman din proteine, hidrați de carbon și grăsimi, așa cum constructorii clădesc o casă. Puteți avea toate materialele necesare, dar fără lucrători, nu veți reuși niciodată să începeți."

Ernst Gunther, medic naturist, susține că: "nu numai că ele [enzimele] sunt caracteristice oricărei plante și animale, ci, imprimă totodată oricărei ființe particularitatea ei specifică, clădesc organele acesteia si le menține într-o permanentă activitate… în glande de exemplu, conduc cu îndemânare producerea de hormoni, în ficat, funcționează ca niște chimiști inteligenți, în rinichi și glandele pielii, enzimele se îngrijesc ca sângele să fie purificat de toxine."

De reținut deci importanța alimentației crude (fructe, semințe, legume, leguminoase, oleaginoase) sursa enzimelor de care avem nevoie pentru a trăi. Potrivit medicinei naturiste, dacă utilizăm 80% hrană crudă, și 20% hrană preparată, vom avea suficientă energie, încât să ajutăm la reconstruirea și curățarea organismului de toxine, până într-un anumit punct (în cazul bolilor grave, consultând un medic nutriționist de specialitate, s-ar putea ajunge la o dietă strict vegană pentru a elimina toxinele). Pentru persoanele care nu au posibilitatea consumului în exclusivitate de alimente crude este benefic de reținut și practicat consumul a cel puțin un aliment crud la fiecare masă.

Trebuie să adăugăm la ceea ce am spus până acum, că alimentația, fără un stil de viață corespunzător, va rezolva doar o mică parte din problemele noastre.

-va urma-

...::: Un mod de viață: Asociația „Ridică-te și umblă” :::...

Ridică-te și umblă... dar spre ce? (VII)
Pe ce parte mergi?

GEORGE UBA - președinte
asociația „Ridică-te și umblă”

”Multe căi i se par bune omului, dar la urmă duc la moarte.” Prov. 16,25

Când mergi spre casă accelerezi. Am depășit o mașină, două, cu o viteză mai mare decât cea admisă de lege, apoi șoseaua liberă mi-a permis să rămân pe partea stângă. Pe o distanță de mai mulți kilometri nu am mai întâlnit nici o mașină care venea din partea opusă. Deodată zăresc în depărtare o posibilă amenințare. Pe partea mea venea cu mare viteză o mașină neagră. Am calculat că se va da la o parte când se va apropia. Nici gând. Cinci sute de metri ne mai despărțea și nici un semn că va trece pe partea cealaltă. S-a apropiat la o sută de metri. Am început să strig: ”La o parte!” Nici un gest de conformare. ”Ești nebun?” am strigat când încă mai erau cincizeci de metri și am tras de volan drepta evitând coliziunea mortală. Am oprit. A oprit și el. M-am dat jos furios să-l disciplinez cu câteva cuvinte dure pe rebelul șoselei. S-a dat și el jos. Venea calm spre mine. Eu mergem nervos spre el pentru marea confruntare. M-a abordat el mai întâi:” Stimate domn, permiteți-mi o întrebare. Locuiți în Anglia?” ”Nu domnule, locuiesc în România și nu-mi arde de glume când circuli ca un terorist sinucigaș pe drumurile acestei țări care mai are încă reguli de circulație. Dacă nu mai vreți să trăiți măcar, lăsați pe alții să se bucure de viață,” i-am zis nervos. ”Sunt cu totul de acord cu ce ai spus și-ți dau dreptate, dar cred că nu mi se potrivesc mie cuvintele pe care mi le-ai adresat. Și ca să fiu mai clar și să vă trezesc la realitate, spuneți-mi pe ce parte mergeați?” Deodată mi s-a aprins becul adevărului. Eu mergeam pe stânga, ca și când era pe partea regulamentară. Mi-am cerut scuze de câteva ori și am plecat umilit, dar și uimit. ”Cum de am reușit să merg pe partea cea greșită, socotind că sunt pe partea cea bună?!”

Ce alegi?

Un lucru trebuie să ne fie clar: chiar dacă sunt în cărucior, chiar dacă nu văd sau nu aud, noi alergăm. Gândurile noastre, alegerile noastre, sentimentele, vorbirea noastră se așează toate pe un drum și aleragă cu mare viteză, mergem relaxat, sau stau. Urmărim o destinație, ne abatem de la ea, ne întoarcem din drum. Important nu este cum alergăm, mai tare sau mai încet, ci pe ce drum suntem? Pe care parte? Cea legitimă, legală, adevărată sau pe contrasens?

Creatorul ne-a dat două repere prin care să ne semnalizeze un drum corect de viață: conștiința și Adevărul Cărții, Biblia. Faptul că nu putem să sărim gardul, să furăm sau să ajung la un loc de destrăbălare, nu mă face mai bun decât alții. Mintea poate adăposti gânduri murdare, sau imaginații bolnave, critici și bârfe criminale. Ochii, dacă văd, pot alege imagini infestate cu mizeria imorală a lumii. Putem fi duplicitari, indiferent de dizabilitatea pe care o avem. Ce destinație vrei să-ți alegi? Vrei o viață curată și demnă, lucrată de viața neprihănită a Mântuitorului, sau, pe propria răspundere te arunci pe un drum al compromisului, al păcatului, al comportamentului lipsit de standarde morale pentru a-ți trăi viața după bunul plac?

Noi, cei cu dizabilități, avem totuși un vis mare pe care suferința, îngăduită de Dumnezeu, dar neadusă de El, ne-o dă: speranța. Speranța că într-o zi alergarea noastră va ieși câștigătoare. Vom trece linia finală a durerii și Creatorul vieții noastre ne va elibera de orice infirmitate adusă de conjunctura păcatului. Noi trăim zilnic o speranță de intensitate. Ne apelează mereu ca o sonerie ori de câte ori vedem că nu putem să facem ceea ce fac oamenii valizi. Încrederea noastră în Binefăcătorul nostru este din ce în ce mai tare, căci avem un vis, un dor de a-L vedea pe Cel ce ne-a promis vindecare pentru veșnicie. Nu crezi că merită?

Dar în mod obișnuit... ți s-a întâmplat și ție la fel? În graba ta de a ajunge la o destinație planificată ai accelerat nepermis de mult și ți-ai depășit Ghidul tău de viață Te-ai instalat pe partea stângă a alegerilor tale, nebăgând de seamă pericolul la care te-ai expus. Ți-ai permis să te uiți la lucruri care ți-au murdărit oglinda morală din inimă; ”imaginea bună cu... minciună se ține” ți-ai zis atunci când ți-ai scuzat derapările promisiunilor tale; ai invitat gesturi comportamentale ale acestui secol decadent socotindu-le permise. Ajungi uneori să te îndoiești de tot ce a însemnat pentru tine rugăciunea, biserica și Biblia. Dai drumul la critici ”justificate” privind faptele altora, persoane care ți-au fost repere înainte și clatini tot ce a fost stabil până acum. Începi să crezi că acesta este drumul și te instalezi pe el. Din partea opusă, pe aceeași bandă a vieții vin alții cu mare viteză către tine, revendicând drumul, dorind coliziunea mortală. Iar tu vrei să ajungi acasă. Trezește-te! Treci pe dreapta! Aceasta este partea ta după legea Cerului.

-va urma-

DEZAMĂGIRE

Atunci când ești dezamăgit,
Privește doar în sus
La cel ce cerurile le-a înfăptuit,
Și ce oferă mult, nespus.

Dumnezeu poate da speranța,
Celui ce crede doar în El,
Important este să cerem viața,
Și să ne bazăm doar pe El.

Când te simți dezamăgit,
De tot ce este-n jurul tău,
Atunci roagă-te și cere stăruit,
Putere de la Creatorul tău.

În lumea asta tot mai rea,
Există totuși cineva,
Căruia îi pasă mult, de viața ta,
Și care, inima ta negreșit o vrea.

Dacă te afli în impas,
Și crezi că nu mai ai scăpare,
Îngenunchează, și cu tare glas,
De la Domnul, cere îndrumare.

Isus, doar El te poate ajuta,
Să depășești orice problemă,
Care, inevitabil apare în viața ta,
Doar El, El sigur te va îndruma.

Oana Peiculescu
Măldăeni - Teleorman

EU, DOINA ȘI PITPALACI

Pitpalaci și pitulice
Peștișori și trei zăluce
Cintezoi și vrăbiuțe
Toate în cele grăunțe.

Eu cu ei, cei cintezoi
Eu cu pitpalacii mei
Eu cu puișorii mei
Cântam doina în zăvoi.

Doina mea tristă de jale
Inima frântă a căprioarei
Doina tristă de-un destin
Ce mă înalță spre sublim.

Chiar că-s uite ciufulită
Și-n oglindă-mbătrânită
Prin cuvânt voi dăinui
Și vesnică eu voi fi.

Ionescu Daniela-Nicoleta
Nedelea - Prahova

RĂMÂI PE STÂNCĂ

Privește prin credință
Unde vrei să rămâi
Pe nisipul lumii
Sau pe stânca lui Hristos.

În umblarea ta
Este un drum
Cu multe încercări
Dar un Fiu de Împărat
Te cheamă azi.

Acum însă poți chema
Pe Mântuitorul tău
Să te urci pe Stâncă,
Dar totul depinde de tine
Să rămâi pe nisip
Sau pe Stâncă.

Iordache Ionel Marius
Viișoara Constanța

SPERANȚA

dedicată pentru
Purcaru Iulica,
Pană Manuela,
Grosu Ilariana,
Ianculescu Liliana,
Gănescu Dorina

Speranța îmbărbătează.
Inima veșnic luminează.
Dăruiește pacea, dragostea.
Bucuria și nemurirea.

Aduce transformare.
Înviere, înnoire și fericire.
Oferă viața, binecuvântarea.
Milostivirea, salvarea.

Înflorește nădejdea.
Triumfă mereu încrederea.
Ca soarele strălucește.
Binele întotdeauna biruiește.

Temelia pe stâncă zidită.
Cuvântul Domnului ascultă.
Credința în viața vesnică.
Credincioșii în paradis urcă.

Toată făptura radiază.
Ca o făclie drumul luminează.
Scutul cel ocrotitor.
Învingem cu al nostru Salvator.

Mincă Elena Gabriela
Alexandria - Teleorman

ÎN GRIJA TA MĂ LAS

În grija Ta mă las
Că știi al meu necaz
De mine Te-ngrjești
Tu nu mă părăsești.

Eu zilnic mă dedic
Așa cum sunt de mic
Și-aș vrea să cresc mai mare
Virtutea mea e soare.

Deși eu nu merit
Domnul tot m-a iubit
Mă spală de păcat
Și viața mi-a salvat.

Acum mă rog la El
Să am un pic de zel
Credința s-o împlinesc
Cununa s-o primesc.

Tu lângă mine stai
Dar eu nu Te văd, vai...
Că-s păcătos convins
Dar în planul sfânt prins.

Am citit din Cartea vieții
În care sunt profeții,
Bucuros am auzit:
Păcătos dar mântuit.

Petrică Lupu
Țigănești - Teleorman

CUVÂNTUL

Cuvântul e balanța
Între un rău și bine.
Cuvântul este sabia
Între un cap și altul!
Cuvântul e cuțitul
Ce junghie și doare!
Cuvântul e balsamul
În dragoste și viață!
Cuvântul este rege
Și omu-i un supus!
Cuvântul e liantul
Dintre om și Dumnezeu
De îi cunoști tăria
Ajungi ce n-ai ajuns!

Prof.
Criță Maria Simona
Sinaia

TOTUL ESTE TRECĂTOR

Ne naștem, venim pe lume ca flori îmbobocite,
Aducând odată cu noi bucurii foarte multe,
Cât de mult se bucură omul de moștenitor,
Pe care l-a trimis Dumnezeu în familia lor.

Trec anii în grabă și repede odată cu ei,
Fără să ne dăm seama ne trecem și noi,
Și iată din copii adolescenți noi am ajuns,
Și primele sentimente ale iubirii am cunoscut.

Adolescența se duce, maturitatea a venit,
Ne dorim copii și familie ne-am alcătuit,
Ne creștem copiii așa cum am fost crescuți,
Și așteptăm iubirea lor față de părinți.

Se duce maturitatea și bătrânețea a sosit,
Ne-am văzut ca pe părinți îmbătrânind,
Totul este trecător, viață ce repede ai trecut,
Ne-au rămas amintirile ce le-am trăit și văzut.

Când plecăm suntem ca niște flori uscate,
Având toate petalele noastre scuturate,
Nu mai avem prospețimea cu care am venit,
Suntem ca o toamnă care deja a încărunțit.

Popescu Nicoleta
Bughea de Jos - Argeș

CARUL MIC ȘI CARUL MARE

Carul mic și carul mare
Merg pe calea cea lactee
Încotro se-ndreaptă oare?
Ca eu n-am nici-o idee
Carul mic e chiar mai mic
Decât carul care-i mare
Însă n-aș putea să zic
Care car e cel mai tare
Așadar și prin urmare
Carul mic și carul mare
Merg pe drumul lor știut
Spre un loc necunoscut.
Dintre cele două care...
Mie-mi place carul mic
Și aș vrea nespus de tare
Să mă plimb cu el un pic
Știu și eu că, din păcate
Asta chiar că nu se poate
Dar aș vrea să știu măcar
Unde-s caii de la car?

Petrache Florian Daniel
Puchenii Mari - Ploești

JUDECATA

Mama scria într-o carte
Tot ce n-avea să țină minte.
Tot așa în cer există
Cărți de aduceri aminte.

În această carte îngerii
Scriu tot ce noi făptuim
Poame rele câte facem,
Când intrăm și când ieșim.

Când Isus vine iară
Pe cei buni îi va-nvia
Tuturor să le dea viață
În Împărăția Sa.

Dar cei ce au făcut rele
Și nu s-au pocăit
Moarte veșnică avea vor,
Pentru tot ce-au făptuit.

Căci în Ziua Judecății,
Orice faptă - bună, rea,
Vor fi cunoscute toate
Cum stă scris în Cartea Sa.

Doamne ajută-ne în viață
Să umblăm pe Calea Ta
Și de Legea Ta într-una.
Ne ajută a asculta.

Albinaru Iosif
Dragomirești - Dâmbovița

Talentul...
(Creația ta)

BIBLIA ESTE...

Gândul lui Dumnezeu ce arată starea omului
Vorba lui Dumnezeu ce arată calea vieții
Cuvinte spuse anume, ca să le știm pe nume
În ea găsim blestemul păcătoșilor
Dar tot aici citim de fericirea credincioșilor
Citește-o încet, frecvent rugându-te
Și vei găsi lumina să te călăuzească
De vei avea credință, vei fi în siguranță
Citește-o ca să fii înțelept
În ea vei găsi traseul creștinului
Harta călătorului
Și-o ultimă speranță dată muritorului.

Emilia Dinescu
Valea Stânii Argeș

ISUS IUBIT

Cu sufletul zdrobit,
La Tine vin Isus iubit,
Tu liniște în suflet mi-ai adus.

Am alergat destul,
În negura pustie,
Uitând de Tine, Isuse,
Ce mult am rătăcit.

Dar Ție Îți mulțumesc
Că Tu nu m-ai lăsat,
La viață m-ai adus
Și m-ai salvat.

O simt acum Isuse
Ce mult Tu m-ai iubit
Căci chiar și pentru mine
Pe cruce Te-ai jertfit.

Revino deci Isuse
În viața mea mereu,
Să nu mă părăsești
Nicicând în greul meu.

Tu lacrimile mele
Le-ai șters mereu, mereu,
Și am jurat Isuse
Să fiu pe veci al Tău.

Cu Tine eu doresc,
Pe acest pământ pribeag
Mereu să poposești,
O cât îmi ești de drag.

Și glasul Tău duios,
Mereu am să-l ascult
Izvor de apă vie
Revarsă pe unde mergi.

Revino deci Isuse,
În casa mea mereu
Cu Tine voi cina
Și slavă Îți voi da
Acum și pururea.

Țăran Lucreția
Toplița - Harghita

Talentul...

nu cunoaste

handicap!

.....Anunțuri de la cititori..... .....Anunțuri de la cititori..... .....Anunțuri de la cititori.....

Georgescu Costel

Anunțuri pentru cititori. Adaptări auto

Dacă până nu demult persoanele cu dizabilitati din România nu au putut beneficia de facilități reale destinate șofatului pe drumurile publice, acum există firma care realizează adaptări auto, cam pentru orice model de autoturism, și autorizat pentru a înlătura această nedreptate.

Recomandarea mea pentru voi este: ***Pal Karoly, Str. Lupului nr.3, Loc. Sovata, jud. Mureș, tel: 0265-570256, fax: 0265-570256, mobil: 0744-260234.*** *PS. Prețurile se discută la fața locului.*

Militaru Tudora

Am un cărucior mecanic nou, nefolosit, și doresc să-l vând la jumătate de preț. ***0745-750940***

Anonim

Vând Ford Mondeo, îl poate conduce orice persoană cu handicap locomotor și este omologată și înscrisă în România. Are geamuri, oglinzi și încălzire electrice, ABS, este super dotată. ITP 2014. Preț negociabil. Tel. ***0741-043353***

Vasile

Sunt Potropopu Vasile din Teleorman. Am construit site-ul http://potropopuvasile.vgz.ro/ pentru exemplificare, cu acesta vreau să arăt că știu să lucrez sit-uri pe o platformă wordpress, și de asemenea să găsesc clienți interesați de așa ceva. Acesta este un sub-domeniu, dar dacă vrei un sit care să arate așa: http://www.domeniultau.ro/ te rog să mă contactezi pe e-mail. ***potropopu_vasile@yahoo.com***

Ion

Goblene de vânzare. Calitate impecabilă, față și spate. Goblenele sunt realizate din materiale de calitate (import Germania). Sunt spălate, călcate, și rezistă la lumină timp îndelungat. Goblenele sunt cusute cu migală și răbdare și nu sunt înrămate. Cine dorește le poate vedea pe internet la acest link: http://alexandria.olx.ro/vand-goblene-de-calitate-iid-555655523

Telefon și adresa e-mail: ***0769-197980 și potropopu_ion@yahoo.com***

Păduraru Georgeta - Cioranca (Buzău)

Mă ofer ca asistent personal pentru o persoană (băiat - om). Pot oferi și cameră la mine. Pentru detalii ***0758-780575.***

Priciu Karmen Liviana - Fântânele (Teleorman)

Locuiesc cu tatăl meu în vârstă de 89 de ani, cu pareză / partea stângă și trombo-flebită la ambele picioare.

Locuim în condiții foarte precare, la limita existenței, în 2 cămăruțe 4/3 m, făcute din mila concetățenilor - un incendiu ne-a distrus o mare parte din casă și toate dependințele. Gătim mâncarea pe un reșou și tot aici dormim. Suferim foarte mult din lipsa celor mai necesare obiecte: aragaz, frigider, mașină de spălat.

Vă rog pe d-voastră, cei de-o suferință cu noi, pe toți care din puținul lor, sau cu posibilități, să ne ajute cu ce pot. Tel. ***0247-451009 sau 0764-777472.***

Raicu Angel

Vând Tico, cu dispozitiv frână și accelerație la mână, pentru persoane cu amputație picior drept, omologat, acte la zi, stare bună. ***0734-081649***

Nota redacției: Responsabilitatea corectitudinii informațiilor din anunțuri, aparține în totalitate autorilor!

.....Anunțurile redacției..... .....Anunțurile redacției..... .....Anunțurile redacției.....

INVITAȚIE – APEL

Întrucât până la sfârșitul anului 2013 se vor face demersuri pentru înființarea filialelor Asociației "Ridică-te și umblă" în localitățile Bacău, Galați, Buzău, Alexandria, Târgu Mureș, rugăm persoanele cu dizabilități care doresc sa facă parte din aceste filiale să ia legătura cât mai urgent cu persoanele de contact, care vă vor comunica ziua începerii activităților filialei respective:

Buzău: Aldea Lucian - tel. 0768-922223 și 0744-674475
Alexandria: Burcea Aurel - tel. 0765-365533
Galați: Gabriela Ichim - tel. 0766-668175
Bacău: Dana Ramona - tel. 0767-467684 și 0743-787154
Târgu Mureș: Costina Tudorache 0763-301156 și 0721-457738

.....Să ne rugăm pentru..... .....Să ne rugăm pentru..... .....Să ne rugăm pentru.....

Avem un Dumnezeu atât de iubitor și de dornic de a ne răspunde la rugăciune, încât ar fi o lipsă de înțelepciune de a nu asculta de îndemnul Său de a ne ruga unii pentru alții.

În plus, aceasta arată nu numai că avem încredere în El, ci și că simțim unul cu celălalt, că ne pasă.

Să ne rugăm prin credință pentru toți frații surorile și prietenii noștri cu dizabilitătii. Dumnezeu să ne asculte rugăciunea cu credință!

Marius - Viișoara

Să ne rugăm ca bunul Dumnezeu să le dea multă, multă sănătate și tot binele din lume lui Constantin Roșoga și la toată familia din Poplaca (Sibiu), lui Nelu și Mihaela Petrache din Vaslui, lui Aurel Burcea împreună cu familia și tuturor celor necăjiți și suferinzi care merg pe picioare sau sunt imobilizați la pat.

Dorina și Sorinel Vlad - Bumbești-Jiu

Rugați-vă pentru mămica. E grav bolnavă.

Ionică Ghica - Brazi Prahova

După cum bine vedeți, revista a apărut iarăși. Mulțumim tuturor sponsorilor, știuți și neștiuți, tuturor acestor oameni minunați care ne-au ajutat dezinteresat în toți acești ani (mulțumim din suflet) și să continuăm să ne rugăm ca Bunul Dumnezeu să continue să lucreze la inima oamenilor.

Burcea Aurel – Peretu (Teleorman)

În urmă cu o lună s-a deschis la Târgoviște o nouă filială a asociației „Ridică-te și umblă”. Să ne rugăm pentru întâlnirile din București, Ploiești, Sinaia, Târgoviște și Constanța, precum și pentru oamenii de suflet care vor să înființeze filiale și în alte județe (vezi rubrica „Anunțurile redacției”)

Burcea Aurel – Peretu (Teleorman)

Din cauză că trebuie să stau mult pe căruț (14-15 ore zilnic), escarele mi se închid și mi se deschid. Rog să fiu susținut în continuare în rugăciune. Mulțumesc celor care s-au rugat și se roagă: două dintre escare s-au închis deja.

Burcea Aurel – Peretu (Teleorman)

(Oare din 3.000 de primitori ai revistei, doar... atât de puțini conștientizăm importanța și necesitatea rugăciunii? Doar... atât de puțini înțelegem și credem că atunci când mai mulți se roagă, Dumnezeu lucrează? (Mat. 18:19)

.....La mulți ani!..... .....La mulți ani!..... .....La mulți ani!..... .....La mulți ani!.....

Asociația și Biserica “Ridică-te și umblă”

*Asociația si Biserica “Ridică-te și Umblă” București urează membrilor și voluntarilor care sărbătoresc ziua de naștere în luna noiembrie, un sincer și călduros **„La mulți ani!”**, împlinirea tuturor dorințelor și Dumnezeu să îi binecuvânteze din belșug și neîncetat: **Amedeo Sandrino Andronic, Ilie Bazârcă, Carmen Chiacu, Daniela Eremia, Gina Mancaș, Gabriel LucianIșvan, Manuela Nagy, Anca Mihaela Prăvălici, Cristian Răducu, Crina Ștefăniță, Daniela Vize.***

Mocanu Jeni - București

***„La mulți ani!”** pentru **mama mea, Maria**, care pe 10 noiembrie mai pune un trandafir în buchetul vieții. **„La mulți ani!”** mami, să fii sănătoasă și Dumezeu să îți dea putere sa treci peste toate. Te iubesc, îți mulțumesc pentru tot ce faci pentru mine.*

***„La mulți ani!”** și pentru **Carmen Ghiocel**, 16 noiembrie. **„La mulți ani!”** Carmen, să fii sănătoasă și să rămâi așa cum ești: frumoasă și plină de viață.*

Deaconu Daniela
Poenari de Argeș - Argeș

Provocările pe care le întâmpinăm în viață sunt împărțite în trei categorii mari: ușoare, dificile și imposibile. Cei ce le aleg doar pe cele ușoare, au o viață sigură și plictisitoare. Cei ce le acceptă pe cele dificile au o viață grea dar satisfăcătoare. Cei care le abordează pe cele imposibile sunt aceia de care posteritatea își va aduce minte.

Popescu Nicoleta
Bughea de Jos - Argeș

Anii trec foarte repede și odată cu ei ne trecem și noi. Atunci când suntem copii nu ne dăm seama cât de repede trece timpul, că nu avem mintea unui om adult. Abia când anii se adună și fiind mulți sunt cam greu de purtat, abia atunci ne dăm seama de povară. Totuși numărul anilor nu sunt o povară, decât dacă n-am știut cum să-i purtăm, sau mai bine zis cum să ne purtăm atunci când eram tineri.

Mincă Elena Gabriela
Alexandria

De foarte multe ori ne pierdem încrederea în persoanele de lângă noi. În față ne spun vorbe frumoase, dar când nu suntem de față spun vorbe false la adresa noastră. Ce să facem? Cum să procedăm cu asemenea oameni? Ridicăm privirea spre cerul unde strălucește soarele. Ne rugăm cu lacrimile în ochi pentru vrăjmașii noștrii. Așa cum ne învață Soarele nostru Iisus Hristos. Inima noastră se liniștește. Ne cuprinde fericirea bucuria și pacea. Întotdeauna. Creatorul le arată vrăjmașilor că rugăciunea și credința încălzesc inimile celor care au vorbit fals despre noi. Doar Dumnezeu îi îndeamnă să spună: Iartă-mă!

Manea Victor
Clinceni. Olteni. Ilfov

"E invincibil. Nici măcar Dumnezeu nu-l poate scufunda." Nici val, nici furtună, nici ocean; așa au spus inginerii despre Titanic. Însă, după 3 zile de plutit pe mare, Dumnezeu i-a sunat: Băieți, ați auzit de iceberg? Dupa 3 zile Titanicul a coborât la odihnă veșnică pe fundul mării.

Mulți se cred asemenea Titanicului. "Nu ne învinge nimeni", spun ei. Comit păcat după păcat apropiindu-se de "icebergul" vieții. Astăzi Titanicul e pe fundul mării, corabia lui Noe e pe vârf de munte. Titanicul e concepția omului, corabia lui Noe e proiectul lui Dumnezeu. În care alegi să te urci?

...

Viața lui Neemia era frumoasă la palat. Niciodată nu mergea supărat la lucru (cap. 2:1). Când a auzit că zidurile sunt dărâmate putea să spună: "Am să mă rog pentru voi!", cum fac "pocăiții" astăzi. Neemia însă știa că pocăința reală cere și implicare, nu doar vorbe. El a renunțat la slujbă pentru mistrie. Viața la mistrie a fost o viață de sacrificiu, dar un sacrificiu lângă Dumnezeu.

Avem o viață plictisitoare de credință pentru că încercăm să luăm "mistria" în mâna doar o dată pe săptămână. Când vom înțelege ce înseamnă pocăința practică, zidurile vieților noastre vor fi refăcute. Se caută zidari cu trecut de "paharnic". Nu vrei să te "angajezi"? Ține minte: o faptă face cât o mie de vorbe!

Ionela Cristea
Poenarii Burchii - Prahova

Dragostea nu exclude dreptatea. Pentru a fi drept în actul mântuirii, Dumnezeu a ales să moară din iubire în locul nortru. Dacă nu accepți darul Său și nu Îl lași să fie Domnul vieții tale să te schimbe, nu poți fi salvat. Psalmistul David scria: ,,La Tine este iertare ca să fii de temut." Astăzi, Dumnezeu este plin de har pentru tine. Nu trata cu ușurătate oferta Sa. Nu uita: ,,Ce seamănă omul aceea va și secera". Pune-te astfel la adăpost pentru ziua dreptății. Amin

...

Timpul poate ofili trandafirii, timpul poate muta munții, timpul poate crea albia unui râu dar niciodată nu poate distruge dragostea lui Dumnezeu pentru tine. Timpul trece oricum... că vrei sau că nu vrei. Timpul petrecut cu Dumnezeu e o investiție pentru eternitate...

Dinescu Emilia
Valea Stânii - Argeș

Zâmbește te rog, e medicamentul ce se administrează pentru înviorare. Cântă, e pansamentul pentru a ameliora orice durere sufletească chiar și trupească. Roagă-te, e cheia ce deschide cerul. Iisus îți va șopti cu blândețe: Sunt aici lângă tine, nu te teme.

...

Nu ne place glasul lui Dumnezeu când ne ceartă, dar Îi cerem binecuvântarea Lui. Mai bine am accepta nuielușa milostivă cu multumire, căci e spre mântuirea noastră.

Avem aproximativ 80 de ani pentru a trăi în această lume și o voce ne amintește mereu: nu uita ce e cel mai important! Și cele mai importante sunt valorile spirituale, familia și copiii, viața, educația, bunul simț, dragostea, adevărul și demnitatea de om. În schimb câștigurile, bogăția, plăcerile materiale ne fascinează într-atât încât uităm de ceea ce e mai important. Așa ne risipim timpul și dăm la o parte esențialul: bogăția sufletului. Să nu uităm niciodată că viața în această lume trece repede și că moartea vine când ne așteptăm mai puțin. Iar când poarta vieții se închide pentru noi, nu ne mai folosesc la nimic regretele. Trăim într-o lume de probleme pentru că am uitat ce e important.

...

Mâna care a întins cerul plin de stele, care te poartă în palma Sa ca pe un mărgăritar prețios, mâna care are semnele cuielor să te călăuzească și să reverse asupra ta pace, bucurie, mângâiere și binecuvântare. Nu uita că ești cea mai prețioasă piatră în mâna Creatorului!

Societățile obligate să angajeze persoane cu handicap

av. DANA BORDEIANU

Societățile care au peste 50 de salariați sunt obligate să angajeze persoane cu handicap în proporție de cel puțin 4% din numărul total de angajați. Totuși, firmele care nu angajează persoane cu dizabilități au la dispoziție și alte variante pentru a respecta prevederile legale din domeniu.

Legea nr. 448/2006 privind protecția și promovarea drepturilor persoanelor cu handicap stabilește, la art. 78, că persoanele juridice publice sau private care au cel puțin 50 de angajați au obligația să angajeze persoane cu handicap într-un procent de cel puțin 4% din numărul total de salariați. Aceeași obligație există și pentru autoritățile și instituțiile publice.

În cazul în care nu angajează persoane cu dizabilitati, atât firmele, cât și autoritățile și instituțiile publice, au alte două variante prin care se pot achita de această obligație.

1. Spre exemplu, ele pot plăti lunar către bugetul de stat o sumă reprezentând **50% din salariul de bază minim brut pe țară înmulțit cu numărul de locuri de munca în care nu au angajat persoane cu handicap**. Această sumă **se va declara lunar**, până la data de 25 inclusiv a lunii următoare perioadei de raportare, prin formularul 100 „Declarație privind obligațiile de plată la bugetul de stat", la poziția 24 „Vărsăminte de la persoane juridice pentru persoanele cu handicap neîncadrate".

2. De asemenea, o altă variantă este aceea de a **achiziționa produse sau servicii realizate prin propria activitate a persoanelor cu handicap** angajate în unitățile protejate autorizate, pe bază de parteneriat, în sumă echivalentă cu suma datorată la bugetul de stat.

Suma datorată la bugetul de stat reprezintă 50% din salariul de baza minim brut pe țară înmulțit cu numărul de locuri de munca în care respectiva firma sau autoritate publică trebuia să angajeze persoane cu dizabilități.

Mai jos redau prevederile **Legii 448 din 2006/art. 77:**

(2) Autoritățile și instituțiile publice, persoanele juridice, publice sau private, care au cel puțin ***50 de angajați***, au obligația de a angaja persoane cu handicap într-un procent de cel puțin ***4%*** din numărul total de angajați.

(3) Autoritățile și instituțiile publice, persoanele juridice, publice sau private, care nu angajează persoane cu handicap în condițiile prevăzute la alin. (2), pot opta pentru îndeplinirea uneia dintre următoarele obligații:

a) să plătească lunar către bugetul de stat o sumă reprezentând 50% din salariul de bază minim brut pe țară înmulțit cu numărul de locuri de muncă în care nu au angajat persoane cu handicap;

b) **să achiziționeze produse sau servicii *de la unități protejate autorizate, pe bază de parteneriat, în sumă echivalentă cu suma datorată la bugetul de stat în condițiile prevăzute la lit. a).***

Pentru o înțelegere corectă a normelor de mai sus este necesar să cunoaștem și **HG 268 / 2007**, respectiv, ***Normele metodologice de aplicare a legii 448/2006***:

• Art. 43. - În sensul art. 77 alin. (3) lit. b) din lege, **achiziționarea produselor sau serviciilor de la unitățile protejate se realizează lunar în baza unui contract**, însoțit de *factură și de dovada plății*.

• Art. 44. - **Sunt considerate unități protejate, în sensul legii:**

- a) operatorii economici cu personalitate juridică, indiferent de forma de proprietate și organizare, care au cel puțin *30% din numărul total de angajați persoane cu handicap încadrate cu contract individual de muncă;*
- b) **secții, ateliere sau alte structuri** din cadrul operatorilor economici, instituțiilor publice sau **din cadrul ONG (organizațiilor neguvernamentale), care au gestiune proprie și cel puțin 30% din numărul total de angajați persoane cu handicap încadrate și salarizate;**

De asemenea, Ordinul 590 / 2008 cu privire la aprobarea Instrucțiunilor pentru aplicarea art. 78 din Legea nr. 448 / 2006 stabilește:

• Art. 1. - Suma datorată de autoritățile și instituțiile publice, persoanele juridice, publice sau private, care **nu angajează persoane cu handicap, reprezentând 50% din salariul de bază minim brut pe țară** înmulțit cu numărul de locuri de muncă în care nu au angajat persoane cu handicap, sau **achiziționarea de produse sau servicii de la unități protejate autorizate**, *pe bază de parteneriat, în sumă echivalentă cu suma datorată la bugetul de stat*, se declară la poziția 25 "Vărsăminte de la persoanele juridice pentru persoanele cu handicap neîncadrate" din formularul 100 "Declarație privind obligațiile de plată la bugetul de stat", aprobat prin Ordinul președintelui Agenției Naționale de Administrare Fiscală nr. 101/2008 privind aprobarea modelului și conținutul formularelor utilizate pentru declararea impozitelor, taxelor și contribuțiilor cu regim de stabilire prin autoimpunere sau reținere la sursă, cu completările ulterioare.

• Art. 2. - (1) Numărul de angajați care se ia în calcul este numărul mediu de angajați din lună. (2) Se determină numărul mediu lunar de salariați din fiecare lună ca medie aritmetică simplă rezultată din suma efectivelor zilnice de salariați din luna respectivă, inclusiv zilele de repaus săptămânal, zilele de sărbători legale și alte zile în care, potrivit dispozițiilor legale, nu se lucrează, împărțită la numărul total de zile calendaristice. În efectivele zilnice nu vor fi incluși salariații aflați în concediu fără plată, cei aflați în grevă, cei detașați la lucru în străinătate și nici cei ale căror contracte individuale de muncă sunt suspendate. Pentru fiecare zi de repaus săptămânal sau de sărbătoare legală se vor lua în calcul efectivele de salariați din ziua lucrătoare

continuare în pag. 19

Cosmar în padure

de Derek Burnett

Plecată să stea cu cortul în parcul național din Munții Hood, în Oregon (SUA), Pamela se aștepta să petreacă o noapte liniștită în mijlocul naturii. Dar binecuvântarea s-a transformat puțin mai târziu într-o dramă.

Prima zi

Acel sfârșit frumos de săptămână de iulie se anunța idilic pentru Pamela Salant, o învățătoare de 28 ani și prietenul ei Aric Essig, 31 ani, angajat la o societate maritimă. Tânărul cuplu s-a pus la drum, cu destinația padurea națională din munții Hood, o rezervație naturală din Oregon, SUA, având un gigant masiv forestier, la două ore de Portland, unde locuiau ei. Au prevăzut să ajungă la lacul Bear, la 2,5 kilometri de mers pe jos, unde și-au petrecut noaptea și au pornit din nou duminică dimineața pentru a celebra aniversarea a două eleve ale Pamelei.

Dar în timpul călătoriei, niște subiecte de discuție controversate au dat naștere la o ceartă între ei. Când cuplul a ajuns pe malul de sud al lacului unde aveau în plan să-și instaleze cortul, tânăra a izbucnit din nou; locul nu-i plăcea. "Sunt dezolat", murmură companionul său.

- O să văd dacă pot găsi un loc mai plăcut", lansă ea sec. Era ora 13, când fata a început să se îndepărteze spre vest.

Lacul Bear, o perdea de apă naturală de aproape 100 metri în lungime, se termina în pădure și nervoasă Pamela s-a afundat în aceasta. Nici o potecă nu-i permitea să se orienteze. A coborât un versant, a urcat un altul și s-a cățărat pe un perete de stâncă. Se aștepta să revadă lacul, dar stupoare! Ea s-a găsit în fața unei păduri deasă și abruptă. În zare se contura o creastă plină de zăpadă. Să caute drumul de întoarcere, era tot ce mai avea de făcut. Un pas, apoi al doilea, fata a început să se afunde periculos în pădure.

"Aric! Strigă ea. Ajutor!"

Apelul ei la ajutor a rămas fără răspuns. A continuat drumul și a sfârșit prin a da peste un pârâu. Pamela știa că în acea zonă, pârâurile curgeau spre nord în direcția fluviului Columbia, aflat la mai mulți kilometri distanță. Dar acest indiciu nu i-a fost de nici o utilitate. După ce a escaladat o serie de pante pentru a-și da seama de configurația terenului, Pamela a mai urcat un deal periculos de pietre și a sfârșit prin a se opri pe o stâncă. De pe acest loc a început să scruteze orizontul. Nimic nu se vedea în afară de copaci. Mergea de șase ore și noaptea se apropia. Cuprinsă de un nou val de panică, a început să coboare până ce a zărit în zare lacul! Dar era oare vorba despre lacul Bear? Nu mai conta. Un lac este deja un punct de reper. Ea trebuia să găsească un traseu, sau un suflet viu. S-a pus din nou la drum pentru a câștiga timp și a ajunge cât mai repede la baza falezei. Dar a făcut un pas greșit și a căzut într-o groapă adâncă...

Când Pamela și-a recăpătat cunoștința, câteva minute mai târziu, primul lucru pe care l-a văzut a fost marginea aceastei râpe de 10 metri înălțime de unde căzuse. Apoi și-a verificat gamba piciorului stâng: extremitatea superioară a tibiei nu mai era în axul genunchiului... Curios durerea era suportabilă. Probabil s-a declanșat instinctul de supraviețuire. Tânăra femeie a început să-și facă o analiză a situației: noaptea era pe cale să vină, ea are sigur un picior rupt și are cu ea în total, un pantalon scurt, un tricou, șosete și bocancii. La distanță un zgomotul ușor îi dă de înțeles că nu era departe de un curs de apă. A decis ca pentru moment să nu se miște și să petrecă noaptea pe loc.

A doua zi

În mijlocul nopții, Pamela s-a trezit, rece, cu senzația că gamba sa este udă. A înțeles câteva ore mai târziu când a răsărit soarele ce se întâmplase, piciorul îi era plin de sânge. O rană profundă la piciorul drept era la originea acestei scurgeri peste celălalt membru fracturat. Bucăți de carne însângerată îi atârnau de o parte și de alta a rănii până la os. Odată în plus, ea a rezistat ispitei de a intra în panică, în pofida acestei realități oribile. "Foarte bine, își spuse ea, trebuie să găsesc cât mai repede apa cea mai apropiată. Îmi este sete și trebuie neaparat să-mi curăț rana."

I-a trebuit mai mult de o oră tinerei pentru a se târî până la râu, la 400 metri de unde se afla... Ce mai conta, ea reușise să-și atingă scopul, era o victorie! Dacă o lua într-o direcție sau alta, cursul de apă o să o ducă forțat spre lacul Bear sau spre fluviul Columbia. În ambele cazuri ar fi însemnat că era salvată! Pamela a băut apă și și-a curățat rana. Apa era proaspătă și delicioasă. Odată revigorată, a mai luat o ultimă gură de apă și și-a continuat drumul de-a lungul pârâului, lăsându-se să alunece pe fund în acțiunea sa de coborâre a pantei.

Pădurile și relieful variat fac din această zonă situată la vest de lacul Bear unul din locurile cele mai grandioase, dar și cele mai neprimitoare din țară. Cursul de apă pe care Pamela l-a urmat este pârâul Lindsey, care se varsă în fluviul Columbia, zonă profundă și dificil navigabilă care era fără doar și poate primul obstacol pe care Pamela era nevoită să-l parcurgă și care era plin de mici cascade. Și-a luat timp să admire apa care curgea cu o mare viteză printre stânci, copacii milenari, un peisaj pe care-l iubea!

Apoi a continuat coborârea pantei. Încetișor și cu grijă, agățându-se de vegetația de pe mal, ea progresa metodic, anticipând fiecare pas. A traversat pârâul de la un mal la altul, pentru a evita obstacolele, a mers în echilibru pe tulpini rotunde de copaci, sau s-a agățat de rădăcini de arbori. Sosind la o movilă de pietre care răsărea din pârâu, s-a oprit. Din contră nici o potecă nu i se părea bună de urmat. În jurul ei relieful părea abrupt, nepracticabil. Singurul mijloc de a se salva era acum de a trece pe celălalt mal. Problema era: pârâul se afla la trei metri mai jos. Timp de o oră, a rămas așezată pe movilă. Va pierde sau nu, a decis să sară.

"Ce nebună sunt!", urlă ea în cădere. Femeia a aterizat pe piciorul drept, s-a lăsat să cadă pe o parte și a scos capul din apă câteva secunde mai târziu.

"Misiune îndeplinită! șopti ea, părăsind apă înghețată. Și acum ce mai fac?"

După amiază zgomotul unui elicopter a spart tăcerea. Fata s-a întrebat în sine dacă cumva a venit să o caute pe ea. A văzut aparatul rotindu-se pe cer, dar brazii făceau imposibilă detectarea sa. Nu era mai bine să se așeze jos și să aștepte? Nu! Îi era prea frig să rămână inactivă. Totuși, vremea era caldă, dar valea era umbroasă și a mai trecut și prin apa înghețată. Era aproximativ ora 16:00 când soarele a început să mai încălzească valea.

continuare în pag. 17

continuare din pag. 16

Pamela a găsit un colț liniștit între doi copaci unde să poată dormi, tremurând tot timpul. Și-a spus că trebuie să-și utilizeze toate resursele... începând cu sutienul integrat în maiou, pe care l-a utilizat să-l pună pe cap pentru a se încălzi. A scos apoi cordonul de la pantalonii scurți, și-a găurit maioul și pantalonii apoi s-a legat bine cu cordonul pentru a crea o zonă etanșă în jurul mijlocului. Apoi a rupt crengi cu frunze din copaci, pentru a-și face un pat și a se înveli. S-a gândit de asemenea și la Aric. Elicopterele sunt sigur pe aici datorită lui! Chiar dacă s-au despărțit după o ceartă! A fost o prostie! Și la ora aceea, ea trebuia să fie la petrecerea aniversară a elevelor sale...

A treia zi

La primele raze de lumină, Pamela s-a trezit, nerăbdătoare să pornească la drum. Și-a inspectat picioarele. Rana de la pulpa dreaptă era încă deschisă, și entorsa de la piciorul stâng nu era plăcută la privit. A decis să-și mai trateze încă o dată rănile în măsura posibilităților. Și-a dat seama că era o chestiune de supraviețuire și, precum un animal rănit, trebuia să avanseze, altfel ar fi rămas prizoniera pădurii. Deci și-a curățat rana și a confecționat un bandaj din lenjeria de corp. Puțin mai târziu dimineață, o nouă idee i-a încolțit în minte văzând tufele din zonă... De ce nu ar încerca să-și coase rana cu ajutorul unei țepe de brad? A încercat să facă o cusătură, dar în van. Nu reușea să treacă cu acul dintr-o parte în alta a bucăților de piele.

Elicopterele au trecut din nou pe deasupra ei spre sfârșitul dimineții, apoi încă odată la începutul după-amiezii, dar vegetația era prea densă pentru a le permite să o vadă pe excursionista rătăcită. Pamela și-a continuat drumul. A traversat o parcelă plantată de arbuști cu fructe roz, care i-au amintit de mărăcinii remarcabili pe care Aric a ajutat-o să-i identifice. A cules unul din fructele de culoarea somonului, l-a sfărâmat în vârful dinților, apoi l-a scuipat așteptând un moment, pentru a vedea dacă nu era toxic. Uuf! Fructele sunt comestibile. Și-a pregătit astfel un festin.

La căderea nopții, a încercat să doarmă, dar durerea și teama nu au părăsit-o. Lungită, cu ochii în zare, a văzut defilând imagini din copilăria sa. Scene de viață ordinare: alergând pe pistă când făcea atletism în liceu. Dacă măcar ar putea fi aproape de Aric, de familia sa! Ar fi vrut să-i strângă în brațe. Viața nu putea să se oprească acum, nu până când nu-și va realiza toate visele, cum ar fi acela de a învăța să cânte la vioară, de a avea și copii. Dar, aflată în întunericul nopții, și-a amintit de un prieten scump, Luke, care i-a părăsit de mai bine de doi ani. Dacă nu va reuși să supraviețuiască, măcar îl va întâlni pe undeva, speră ea.

A patra zi

Marți dimineața, la răsărit, Pamela și-a pierdut speranța. "Dacă nu mă găsesc astăzi, eu nu mai pot supraviețui încă o zi. Fie ce va fi, dar măcar se va sfârși acest coșmar."

Ea a plecat în căutarea unei stânci, pe care dacă s-ar urca ar fi mai ușor de reperat. Apoi a așteptat ore întregi, înfrigurată, flămândă și însetată. S-a mai deplasat puțin în amonte pentru a fi la soare. O omidă verde și grasă a trecut prin fața ei. A prins-o cu degetele și a mestecat-o. Un gust metalic i s-a răspândit în toată gura. Uah! Apoi a reperat un melc, cu structura mai apropiată de carne. Pamela chiar s-a întrebat întotdeauna ce gust o avea. După ce l-a făcut să-i alunece în gură, a știut! Niciodată în viața ei n-a mai mâncat ceva mai dezgustător. A mestecat un pic molusca și a băut o mare cantitate de apă, în speranța de a scăpa de pelicula vâscoasă care i s-a format sub limbă. Ce oroare!

Elicopterele! Repede a coborât, lăsându-se să alunece pe stânca unde a petrecut dimineața. Un aparat i-a trecut pe deasupra capului. Pamela a încercat să se redreseze, dar și-a pierdut echilibrul și a căzut. Elicopterul s-a îndepărtat.

Or fi văzut-o? Se îndoia. A văzut pe partea cealaltă a pârâului un alt arbust cu fructe de pădure portocalii. "Număr până la 500. Dacă nu revin până atunci, voi trece pe malul celălalt pentru a mă hrăni un pic." Ușurel, a ajuns la numerele... 498, 499, 500! Nimic!

Pamela a început să se târască penibil spre un boschet când a auzit o voce: "Sunteți desigur Pam?"

Patru voluntari din echipa de salvamontiști și-au petrecut ziua străbătând pârâul Lindsey. Tânăra a fost reperată de un elicopter al gărzii naționale din Oregon, care i-a ghidat până la ea prin radio.

O jumătate de oră mai târziu, un elicopter de evacuare medicală a sosit la fața locului. Neavând nici un loc pentru a ateriza, a fost nevoit să sur-

voleze pinii de 45 metri înălțime, iar echipajul aparatului Blackhauk a trebuit să organizeze o salvare cu ajutorul unui troliu și cablu.

La 90 metri altitudine, Ben Sjullie, medic de urgență, a demarat o coborâre periculoasă printr-o deschizătură între copaci de mărimea unei remorci. Zece minute mai târziu, el urca, suspendat de același cablu, ținând rănita în brațe. Odată aflată în siguranță în interiorul aparatului, Be a închis ușa. "Totul este bine?", a întrebat-o el. Pentru prima dată de la începutul calvarului ei, Pamela a început să plângă.

"Sincer, nu cred că Pamela putea să meargă mai departe, mărturisește Tom Scully, unul dintre salvatori. Avea o cascadă în amonte și o alta în aval. O zi mai mult și ea ar fi fost prinsă între ele." Isprava Pamelei îi inspira respect. Să parcurgă o așa mare distanță cu o astfel de fractură, jos pălăria! Pentru că, chiar el a coborât canionul pârâului Lindsey cu echipament profesional și mărturisește că a fost un parcurs extrem de dificil, care nu este la îndemâna oricărui excursionist. Închipuiți-vă că tânăra a reușit, în condiții și mai dificile, pentru câteva zile, fără material nici haine... este miraculos.

Spitalizată la Portland, Pam l-a sunat pe Aric, care era deja în drum spre a o reîntâlni.

"Aric? murmură ea, sunt bine acum.

- Slavă lui Dumnezeu, ești în viață! Sosesc!"

Când Aric intră în camera lui Pam, nici unul nici altul nu găseau cuvinte să-și vorbească. În liniște, cuplul a sigilat întâlnirea cu o simplă îmbrățișare.

Pamela a ieșit din spital o săptămână mai târziu. În plus față de o rană la gamba dreaptă și de o fractură a platoului tibian sub genunchiul stâng, aventura i-a mai provocat tinerei femei alte mici fracturi din cauza compresiei vertebrale și multiple vânătăi pe tot corpul. Dar pe parcursul întregii sale convalescențe, nu a reușit să se oprească a se gândi la această pădure, o oază de liniște unde s-a simțit în comuniune cu elementele naturii, ca un animal sălbatic rănit în mediul său natural.

Imediat ce a fost capabilă să meargă cu ajutorul cârjelor, a plecat din nou cu cortul împreună cu Aric.

"Sunteți sigură că ați dori să mai trăiți o astfel de experiență? i-au întrebat prietenii lor, mirați.

- Glumiți? le-a răspuns Pamela. Nu aud decât asta!"

-sfârșit-

Sursa : Selection.ca - juillet 2013
Trimis de TRAIAN FLOREA – Canada

Vă rog mult ca scrisorile, sms-urile, e-mail-urile, etc. voastre să ajungă la mine până pe data de 15 a lunii de dinaintea apariției revistei.

Vă rog mult, pe toți cei care scrieți, puneți-vă numele complet și adresa la expeditor!

Mulțumesc mult pentru înțelegere!

Polenciuc Rodica

Cu tot respectul și cu toată hotărârea țin să vă spun că eu nu vă pot susține în acțiunea care doriți să o întreprindeți. Eu vă rog să vă mai gândiți.

Țăran Lucreția - Toplița (Harghita)

M-am bucurat tare mult când am văzut plicul de la d-voastră. Cu bucurie am publicat poezia. Cât despre dorința ca la viitoarea tabără, de anul viitor, să participați și d-voastră... m-a bucurat și mai mult. Sunați-mă prin luna mai.

Albinaru Iosif - Dragomirești (Dâmbovița)

Îți mulțumesc mult pentru multele poezii trimise, însă mult mai bine ar fi să-mi trimiți 1-2 poezii pe lună, sau la ce interval vrei tu. Trimițându-mi multe odată, există riscul să public 1-2... și atât.

Sima Mihaela; Maggie Parrish; Florin Mondoc; Dănilă Neculai - Suceava.

Vă mulțumesc pentru cele scrise. Puține cuvinte, dar calde.

Doresc să corespondeze:

Sorinică

Am 34 de ani, 1,75 m, 72 kg, ochi albaștri, păr șaten și am un handicap de vedere gradul 2. Sunt o fire romantică, sensibil, sincer, modest, fără vicii și obligații, cu credință în Dumnezeu. Sunt în căutarea jumătății, să aibă vârsta între 20-35 ani. Să fie sinceră, fără vicii, cu sau fără obligații. ***Tel. 0755-773450; 0735-141197 sau 0768-437333***

Aurel

Aurel, 49 ani, din Focșani, cu scleroză multiplă, merg pe picioarele mele distanță de 100 m. Am suflet bun, credincios, sítuație modestă, caut doamnă cu suflet bun, cu același handícap ca al meu, pentru o relație de lungă durată (căsătorie). ***0733-579407***

Puiu

Domn serios, 48 ani, fără obligații, deficiență vizuală accentuată, pensionat medical, situație materială bună, dorește cunoștința unei doamne, cu vârsta cuprinsă între 45-50 ani, fără obligații, cu o ușoară deficiență fizică, pentru conviețuire. ***Tel. 0768-238458***

Gigel

Bună, mă numesc Gigel, am 34 ani, ochi albaștri, 1,60 m, 65-70 kg., sunt gr. 1. Care fată dorește mă poate contacta la nr. ***0735-428145****. Vreau seriozitate, nu materialiste.*

Florin

Bună, mă numesc Florin, am 32 ani, sunt gr. 2 și doresc să cunosc o fată drăguță. Sunt lăutar. Cine dorește mă poate găsi în orice zi, în afară de sâmbătă și duminică la nr. ***0766-945398****.*

Niculae

Curisor Niculae, 43 ani, 1,65 m., caut femeie de casă. ***0737-560498****. Nu răspund la bip sau nr. ascuns.*

Dan

Mă numesc Popa Dan, am vârsta de 40 ani, îmi doresc o relație stabilă cu o persoană sinceră, sensibilă. O persoană serioasă, cu un mic handicap, o femeie până în 40 de ani, sensibilă, cu caracter gingaș. Sunt din Alba Iulia. Nr. telefon ***0742-822952***

Gheorghiță

Mă numesc Gheorghiță, am 40 de ani, locuiesc în jud. Galați, sufăr de parapareză spastică (nu utilizez cărucior), doresc să cunosc o femeie de vârstă apropiată în vederea căsătoriei. ***Tel: 0762-704146***

Grigoraș Vasile

Tânăr credincios, fără vicii, de religie Evanghelist, stare materială bună, doresc să cunosc o doamnă pentru prietenie, căsătorie, pot fi contactat la nr. ***+306999703394*** *(număr din afara țării). Doritorele pot da bip.*

Petrișor

Bună, sunt Petrișor, am 31 de ani, sunt ortodox, vesel, optimist, doresc să cunosc o tânără de aceeași vârstă. Pot fi contactat la nr. ***0764-177809***

Adriana

Salut, sunt Adriana, am 45 de ani, sunt gradul 1. Sunt o fire veselă, optimistă, cu simțul umorului, romantică. Cine dorește să mă cunoscă mă poate contacta la nr. ***0766-982646***

Gabriel

Sunt Gabriel din loc. Solovăstru, jud. Mureș, am 35 ani, nevăzător, AZS, doresc să cunosc fată serioasă, (poate fi cu handicap). ***Tel. 0742-919482***

Sorin

Mă numesc Sorin (Suceava), am 40 de ani și caut o fată pentru prietenie / căsătorie. E-mail: ***sorinsuceava@yahoo.ro*** *ID yahoo mess:* ***sorinsuceava***

Manuel

Mă numesc Dogaru Manuel, sunt din Craiova jud. Dolj, am 27 de ani și consider că dragostea nu ține cont de vârstă. Sunt persoană cu dizabilități dar sunt independent, mă descurc singur și doresc să cunosc o fată / o femeie cu sau fără dizabilități (contează mai puțin) dar să fie independentă pentru a ne face viața mai ușoară. Doresc relație stabilă și de lunga durată. Dacă se va ajunge la căsătorie, cu atât mai bine. Pentru mai multe detalii mă găsiți la id-ul de messenger ***manu.manuel86***

Fănel

Sunt Fănel, am 37 de ani, sunt nevăzător și doresc să cunosc o tânără cu dizabilități pentru căsătorie. Doresc seriozitate. Sunt din com. Răsuceni, jud. Giurgiu. Pot fi contactat la ***0246-238136****.*

Costinel

Am 33 de ani, 1,75 m, 80 kg, șaten, ochii verzi, o fire foarte timidă, fără vicii (nu beau, nu fumez, etc.), nu am fost căsătorit, sunt ortodox, cu handicap și doresc o fată cu handicap, fără obligații și apropiată de vârsta mea, pentru prietenie / căsătorie. Ofer seriozitate și cer seriozitate. ***0722-156675****.*

Lăcrămioara

Lăcrămioara, 42 ani, cu handicap gr. 2, doresc un bărbat cu care să-mi întemeiez o familie. Am avut mai multe deziluzii, tu fă-mă fericită. ***0231-563724***

Bogdan

Am 23 de ani, 1,70 m, 65 kg, gr. 2, doresc să cunosc o fată pentru prietenie / căsătorie. ***0721-501331****.*

Stelian

Mă numesc Stelian, am 34 ani, 1.70 m, 75 kg, sunt din Teleorman și doresc să cunosc o fată pentru căsătorie. ***Tel. 0725-623004; 0762-157607 sau 0756-484156***

Costică

Am 33 de ani, 1,70 m, gr. 2 și doresc să cunosc o fată pentru căsătorie. ***0741-165299 sau 0727-823604***

Viorel

Sunt Viorel, 40 ani și doresc să-mi găsesc sufletul pereche. Până acum am avut parte doar de dezamăgiri și tristețe, dar sper că tu, suflet cald, ești undeva, vei citi anunțul meu și ne vom cunoaște. Poți avea până la 45-47 ani, poți avea copii și chiar un handicap. Te

continuare în pag. 19

continuare din pag. 18

voi accepta, iubii și respecta. Tot ce-ți cer e să nu ai prejudecăți, să nu te intereseze aspectul fizic, social sau material, ci sufletul meu. Dacă și tu îți cauți jumătatea caută-ma și hai să găsim fericirea. ***Tel. 0755-381977***

Petruț

Mă numesc Zaharia Petruț, am 42 de ani, doresc să cunosc o fată pentru prietenie / căsătorie. ***0755-420665***

Gabriel

Necăsătorit, 41 de ani, îmi caut jumătatea mea sau o relație stabilă de prietenie. Vreau să găsesc pe cineva pe care să o iubesc cu adevărat. Mai multe detalii pe adresa de e-mail ***casatorie.matrimoniale@yahoo.com***

Marius

Mă numesc Iordache Ionel Marius, am 32 ani, sunt creștin penticostal și aș vrea să-mi fac prieteni din toată țara, să vorbim despre Cuvântul lui Dumnezeu și despre alte lucruri. ***Tel. 0734-750257 sau 0743-121297***

Munteanu Ionel

Tânăr, 48 de ani, 1.98 m, 90 kg, cu un handicap de gradul unu, în care mă pot deplasa pe distanțe scurte, doresc să cunosc o tânără de gradul 2 și nu numai, pentru o relație serioasă și de foarte lungă durată... Îngeraș scump, dacă exiști și dorești să dărâmăm acest zid al singurătății, fă al doilea pas și mă poți suna la numerele de ***tel. 0746-871493 sau 0760-754411****.*

Costel

52 ani, înalt, 180 m, brunet, creț, doresc să cunosc o doamnă de vârstă apropiată. Relații la tel. ***0786-207380****.*

Radu

Creștin azș, am 31 ani, sunt din jud. Sibiu, doresc să cunosc fată azș pentru prietenie / căsătorie ***0743-045539***

Minea Gheorghe

Sunt creștin adventist, 45 ani, handicap gr. 2, doresc să cunosc o persoană sinceră, tot cu handicap gr. 2. Doresc să locuiesc la ea. ***0758-331514 și 0785-560423****.*

Vasile

Mă numesc Vasile, diabetic, caut persoană gr. 2 până la 50 de ani. ***0767-156891***

Cătălin

Mă numesc Critan Cătălin, sunt un tânăr, 31 ani, 1,72 m, 73 kg cu un handicap ușor de gr. 2 și doresc să cunosc o tânără între 20 și 30 de ani pentru o relație de lungă durată. Sufletel, dacă tu dorești, fă al doilea pas și mă poti contacta la nr. de tel. ***0757-883932****. Nu răspund la numere private.*

Frost Romulus Paul

Licențiat, 35 ani, păr negru, ochi căprui, corpolent, cu o dizabilitate fizică, caut pentru prietenie doamne, 25-35 ani, inteligente, prezentabile, gospodine, cu anumite dizabilități fizice. Menționez că locuiesc în Iași și pot fi contactat la ***0747-040411****.*

Costel

Bună, mă numesc Costel, am 37 de ani, sunt gr. 2, doresc să corespondez cu fete. Care dorește mă poate contacta la nr. ***0734-107938***

.....Litere de lege..... .....Litere de lege..... .....Litere de lege..... .....Litere de lege.....

continuare din pag. 15

precedentă, cu excepția persoanelor al căror contract individual de muncă a încetat în acea zi. (3) Salariații care nu sunt angajați cu normă întreagă vor fi incluși în numărul mediu proporțional cu timpul de lucru prevăzut în contractul individual de muncă.

• Art. 3. - **Procentul de 4%** rezultat conform legii va fi un număr format din două zecimale, care **se va înmulți cu 50% din salariul minim brut pe țară** stabilit prin hotărâre a Guvernului în vigoare în luna pentru care se plătește.

• Art. 4. - **Achiziționarea produselor de la unitățile protejate poate fi parțială, existând posibilitatea plății doar a sumei neacoperite până la cea stabilită** potrivit Legii nr. 448/2006, republicată, cu modificările și completările ulterioare.

• Art. 5. - În situația în care **operatorul economic achiziționează produse sau servicii de la unități protejate autorizate** potrivit legii, *pe bază de parteneriat*, în sumă mai mică decât suma datorată bugetului de stat, operatorul economic va datora bugetului de stat diferența de sumă.

• Art. 6. - În situația în care **operatorul economic achiziționează produse sau servicii de la unități protejate autorizate** potrivit legii, *pe bază de parteneriat*, în sumă mai mare decât suma datorată bugetului de stat în luna respectivă, operatorul economic nu datorează nici o sumă bugetului de stat, iar diferența în plus se reportează în luna următoare, în sensul diminuării de plată.

• Art. 7. - În contextul încadrării în muncă, prin **persoană cu handicap** se înțelege și persoana invalidă gradul III.

-sfârșit-

sursa: www.avocatnet.ro

Asociaţia "HandHope"
Burcea Aurel, str. Băltăreţu nr. 565, loc. Peretu, jud. Teleorman, cod 147240,
Tel. 0247-327122; 0765-365533
e-mail: aurelsda@yahoo.com
C.I.F. 14877902
Cod IBAN:
RO80RNCB0245036735870001
B.C.R. Alexandria

SPONSOR: AGI Construct
Construcţii civile şi industriale, tâmplărie lemn, aluminiu, PVC, etc.
Tel. 0744-530900 şi 0238-717195

SPONSOR: A.S.I. ROMANIA
CONTACT: Str. Mureşului, nr. 1, loc. Nazna, jud. Mureş, cod 547526 tel. 0265-320548;
www.asiromania.ro

„A studia şi a nu gândi
este o risipă.
A gândi şi a nu studia
este periculos”
Confucius

DĂ-MI DOAMNE PUTERE

Dă-mi Doamne putere de a învinge
Plânsul care mă cuprinde
Când durerea mă atinge
Şi lanţul nedreptăţii se întinde.

Dă-mi Doamne putere de a răzbate
Viaţa cu ale ei încercări pe drum
Să sfidez a lumii răutate
Să nu mă prăbuşesc acum.

Dă-mi Doamne putere să cred în prietenie
În oamenii din jurul meu
Să mai trăiesc o clipă de bucurie
Să nu mai ştiu nicicând de greu.

Dă-mi Doamne putere să merg mai departe
Chiar dacă cred ades că viaţa m-a învins
Ajută-mă să cred, să spun: Se poate!
Chiar şi când pe obraji lacrimi s-au prelins.

Dă-mi Doamne putere, rămâi cu mine
Azi, mâine şi în ziua ce apoi vine.

Vali Fencea - Ciutelec (Bihor)

“Experiența
este cel mai dur profesor,
pentru că întâi îți dă testul
şi apoi îți spune care era lecția”
Vernon Sanders Law

ÎMPREUNĂ